**Согласовано**

заведующий МОУ д/с №286

Старобыкина Н.В.

**Утверждаю: ООО Алеко**

**Ковалева А.В.**

# *ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ*

## *Весна-Лето*

## *для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования*

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергети-ческая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| **Неделя 3 Вариант 15** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) ТТК №106 | 150 | 4,4 | 4,1 | 12,5 | 106,5 | ТТК №106 | |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,4 | 71,3 | 395 | 2011 |
| | БАТОН | 45 | 3,4 | 1,3 | 23,1 | 117,9 | | |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7 | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | 7 | 2011 |
| **Итого за завтрак** | | **350** | **11,3** | **8,7** | **47** | **313,4** | | |
| | | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 368 | 2011 |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **0,8** | **0,8** | **19,0** | **91,2** | | |
| | | | | | | | | |
| **Обед** | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | | |
| | СУП С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ ТТК №44 | 150 | 1,8 | 1,8 | 10,1 | 64,2 | ТТК №44 | |
| | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67 | 130 | 10,9 | 15,9 | 36,5 | 291,9 | ТТК №67 | |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 | 150 | 0,1 | 0 | 21,1 | 84,8 | 383 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | | |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| **Итого за обед** | | **500** | **16,2** | **20,7** | **88,2** | **563,4** | | |
| | | | | | | | | |
| **Уплотненный полдник** | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61 | 50 | 6,3 | 8,5 | 15,1 | 144,96 | ТТК №61 | |
| | РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 | 110 | 2 | 4,3 | 10,8 | 97,7 | 344 | 2011 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 | 180/10/7 | 0,2 | 0 | 10 | 41,7 | 393 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46 | | |
| | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473 | 50 | 4 | 3 | 29,6 | 160,9 | 473 | 2011 |
| **Итого за Уплотненный полдник** | | **427** | **14** | **15,9** | **75,2** | **491,26** | | |
| **Всего за день:** | | | **42,3** | **46,1** | **229,4** | **1459,26** | | |

Повар Сафиханова Т.Г.